COMPTE RENDU ET PROJETS

SECTION VTT

SAISON 2014 - 2015

MJC PLAN DE CUQUES

SOMMAIRE

COMPTE RENDU 2014 – 2015

- **VTT adultes : Effectifs - Les sorties**
- **VTT enfants adolescents : Stage de trial – Compétitions**
- **VTT enfants 6/7 ans : Stage de trial – Compétitions**
- **VTT Enduro**
- **LE TEAM : Structure, les stages, compétitions, partenaires et sponsors**
- **Manifestations : Finale du TRJV à Super Dévoluy**

PROJETS POUR 2015 – 2016 :

VTT adultes	Programme des sorties
VTT TRIAL	Le stage de la Toussaint Le stage d'avril
VTT Cross-Country	Participation aux Compétitions L'organisation d'un Trophée ORRES L'organisation d'un challenge de Provence Formations pour l'encadrement
VTT ENDURO	Compétitions

SECTION VTT ADULTES

🚲Les membres :
Section VTT Adultes est dirigée par Mr Jean-Pierre LAFONT et se compose d'un animateur responsable.

- Manuel DEJESUS

La Section VTT adultes comptait 20 adhérents durant la saison 2014 – 2015

🚲Les sorties hebdomadaires :

Les adhérents se rejoignent tous les samedis de 14h à 17h au départ de la carrière de la Montade. Les sorties s'organisent par groupes de niveau : débutants, moyens et confirmés.

🚲Les Randonnées :

La section VTT adultes participe également à de nombreuses randonnées organisées par des clubs voisins :

Sortie du Samedi

Rando de Noël à Pichauris

SECTION VTT ENFANTS

Avec 140 adhérents, 20 membres de l'encadrement la section VTT enfants fait partie des grosses sections de la MJC.
Ses secrets : convivialité, respect de l'autre et plaisir avant tout !

- **Composition de l'équipe :**

Dirigée par Jean Pierre LAFONT
et une vingtaine d'éducateurs diplômés

LAFONT Jean Pierre
LAFONT Monique
LIEUTIER Claude
GAMBA Richard
GIANI André
MANTEI Patricia
NICHANIAN Corinne
ORENGO Marc
DINGUILIAN Éric
ORI CEYROLLE Murielle

BERTIN Denis
TOCCO Yoan
TABARDEL Richard
GIANI Françoise
MANTEI ERIC
CARABONI Laurent
TOCCO Marie Hélène
GAMBA Carole
LAFONT Jean Pierre
MALFATTI Alberic

Une fois par mois l'encadrement se réunit à la MJC. Ces réunions sont l'occasion de débattre entre nous des progrès ou difficultés de chaque groupe et ainsi être au plus près de leurs besoins et attentes.
Les permanences sont ouvertes tous les mercredis à 18H00, pour répondre aux questions des parents.

SECTION VTT ENFANTS

🚲 Les entrainements :

Les entrainements ont lieu tous les mercredis et samedis après-midi de 14H00 à 17H00.
Les exercices, toujours ludiques, ont pour but de développer l'adresse, la technique, la capacité, l'orientation et l'endurance… des plus petits aux plus grands…
Pendant ces sorties, nous mettons un point d'honneur à enseigner à nos jeunes le respect de la nature, et des autres usagers de la colline.

🚲 Les courses :

Chaque saison, le MJC est présente sur de nombreuses manifestations départementales, régionales et nationales.

Le Stage

Cette année le stage de la Toussaint a eu lieu chez Flo à Tourves, pour permettre aux enfants non compétiteurs et compétiteurs du T.R.J.V. (compétition régionale de 4 disciplines dont le trial) de pouvoir évoluer sur des zones entièrement naturelles.
Deux d'entre eux ont été sélectionnés pour le T.F.J.V. (National)

LE TEAM

- Le team M.J.C existe déjà depuis 10 ans
- Troisième année avec notre partenaire la Faculté des sciences du sport d'Aix-Marseille

STRUCTURE

Un team de DN permet aux coureurs de s'exprimer au sein d'une organisation identifiée, organisée et reconnue. C'est donc une source de motivation supplémentaire générée par l'effet de groupe. Elle implique un engagement financier important de la part du Club qui doit recevoir en retour un engagement sans faille de la part de ses coureurs.

Il est important de rappeler que malgré cet aspect compétitif, le Team ne doit pas être une entité à part, mais bien faire partie intégrante du reste du club.

Ce contrat moral se concrétise par un contrat écrit qui exige :

- Assiduité aux entraînements
- Respect des engagements dans les compétitions
- Respect de l'encadrement et des partenaires
- Volonté de s'investir à moyen terme avec le club : une saison complète avec toutes les épreuves qui la composent.

LE TEAM

PRESENTATION

Le team MJC est une équipe de 13 coureurs garçons et filles qui participent aux principales épreuves nationales de VTT.

- Coupes de France (5 manches) et le Championnat de France (1 manche) sont au programme de cette équipe. C'est sur ces épreuves que sont attribués les points éligibles au titre national.

L'ENCADREMENT :

Responsable : *LAFONT Jean-Pierre*
Team manager : *BERTIN Denis*

Référents technique :
Brigitte JUILLET, BERTIN Denis

Entraineurs :

- *Richard GAMBA*
- *André GIANI*

Médecin : *Laurent CHAMBOST*

Préparateur physique : *Albéric MALFATTI*

LES COUREURS :

- *Mathieu BERTIN Cadet XC*
- *Alexandre GIANI Cadet XC*
- *Sacha NAVARRO Cadet XC*
- *Virgile RIBIERRE Cadet XC*

- *Laurine LAFONT Junior XC*
- *Manon MANTEI Junior XC*

- *Alexander POLLOCK Espoir XC*

- *Jeremy LAMBERTI Junior XC*
- *Jean baptiste CASANOVA Junior XC*
- *Jeremy LIEUTIER Junior XC*
- *Maxime MOLIERES Junior XC*
- *Clément ASTOURIC Junior XC*

- *Baptiste FARRUDJA Trial*

LE TEAM

Les coureurs du team ont été présents tout au long de cette saison sportive :

Avec des résultats satisfaisants :

Championnat régional *(Pernes les Fontaines): des podiums 1ière MANTEI Manon, 2ième LAFONT Laurine Junior,*
Championnat des Bouches du Rhône *(Gardanne) : des podiums 2ième MANTEI Manon Junior,*
De bonnes places sur le ***Challenge de Provence*** *pour les autres coureurs.*

Avec l'aide de nos partenaires le team a pu bénéficier de plusieurs stages :

- *Un stage d'oxygénation en décembre 2014 dans le Dévoluy*
- *Un stage de route en mars 2015 à Boulouris (creps)*
- *Un stage de route en juillet 2015 à Ancelle*

Les coureurs du team sont issus de notre école de V.T.T. qui depuis trois ans a reçu
Le label d'excellence de la part de la Direction Technique Nationale de la FFC.

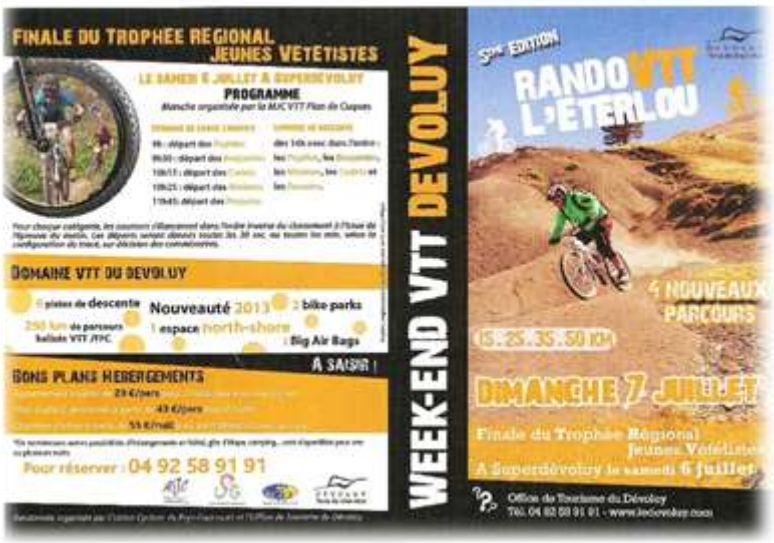
LES MANIFESTATIONS

Les courses :
Cette activité soutenue demande une certaine organisation :
- Communication avec les parents
- Organisation pour la reconnaissance des parcours
- Récupération des plaques de cadres et dossards…
- Inscription, buvette, ravitaillement, arrivée…..etc.

Cette année la section VTT a organisé un Challenge de PROVENCE le 22 Mars 2015 (3éme manche) sur le domaine de Luminy.

Ainsi que le samedi 4 Juillet 2015 la Finale du T.R.J.V. à Super Dévoluy. Avec au programme trial et descente.

L'implication des bénévoles est particulièrement importante lors des manifestations.



Résultats saison 2014 - 2015

Une participation active sur l'Odanak

Venelles 22 enfants de la MJC
Les Taillades 19 enfants de la MJC
Gardanne 19 enfants de la MJC avec 2 podiums
Les Orres 8 enfants de la MJC avec 1 podium
Salon 10 enfants de la MJC avec 1 podium
Aurel 7 enfants de la MJC avec 1 podium
Cassis 10 enfants de la MJC

La MJC termine 6ième du classement général.

« Trophée Régional des Jeunes Vététistes – TRJV ».

TRJV – 1ére manche à Tourves (XC et Trial)
1 podium – Coralie en Minime

TRJV – 2éme manche à Beaumes-de-Venise (XC et DH)
2 podiums – Coralie en Minime – Sacha en Cadet.

TRJV – 3éme manche à Pelissanne (XC et Trial)
2 podiums – Coralie en Minime – Sacha en Cadet.

TRJV – 4éme manche à Gap (XC et DH)
2 podiums – Coralie en Minime – Sacha en Cadet.

TRJV – 5éme manche à Istres (XC et DH)
2 podiums - Coralie et Clément en Minime.

TRJV – 6éme manche et Finale Superdevoluy MJC (DH et Trial)
2 podiums – Coralie en Minime – Sacha en Cadet.

La MJC termine 3ème CLUB du COMITE PROVENCE au TRJV.

Résultats saison 2014-2015

L'équipe qui représentera La Provence pour le TFJV au Menuires, comptera 2 coureurs de la MJC Plan de Cuques. Coralie catégorie minime et Sacha catégorie cadet.

Sacha

Coralie

UNE DEUXIEME PLACE POUR LA PROVENCE AU TFJV

Notre objectif aujourd'hui promouvoir le TRJV (la vraie école du VTT) pour faire comme nos ainés et pourquoi pas de futurs Julien et Pauline au sein de notre club.

LES PROJETS POUR LA SAISON 2015 – 2016

VTT ADULTE

Participation à des randonnées et raids dans notre région ainsi que dans les départements voisins
Quelques randonnées prévues pour notre début de saison :

- octobre 2015 Lambescaine Lambesc 13
- octobre 2015 Val d'aigues La Tour d'Aigues 84
- octobre 2015 Rando de la gastronomie et du terroir Piolenc 84
- octobre 2015 Roc d'Azur Fréjus 83……etc……..

VTT Enfants - Adolescents Cross-Country

<u>Manifestations :</u> Organisation d'une manche du trophée des Orres (juillet)
Organisation d'une manche du challenge de Provence (mars)

VTT ENDURO

Section toujours autant motivée avec son entraineur « Marc »

LE TEAM

<u>Nouveauté</u> : à l'échelle nationale et européenne la MJC sera partenaire du Team de marque adossé à la faculté des sciences du sport de l'université d'Aix-Marseille.
Les coureurs restent affiliés au club MJC Plan de Cuques et courent à l'échelle nationale et européenne sous les couleurs du team de marque TECHNOSPORT.
Ils bénéficieront de la même organisation que les années précédentes à savoir :

- Un stage d'oxygénation en décembre 2015
- Un stage de route en février et juillet 2016
- Un stage d'une semaine route et VTT pendant les vacances d'avril 2016

Les compétitions nationales à venir.

- 26/27 Mars Coupe de France à MARSEILLE
- 15/16 Mai Coupe de France à USSEL
- 11/12 Juin Coupe de France à PLOUEC sur LIE
- 15/17 Juillet Championnat de France à MONTGENEVRE
- 30/31 Juillet Coupe France à OZ en OISANS
- 13/14 Aout Coupe de France (finale) à MERIBEL

REMERCIEMENTS

Et voilà, La saison de VTT 2014 – 2015 arrive à sa fin.

La MJC s'est encore très bien illustrée sur ces différentes courses tout au long de l'année :

- *Trophée des Orres*
- *T.R.J.V.*
- *Coupe et Championnat de France*
- *Challenge de Provence*
- *Randonnées*
- *Cyclo-cross*

Le maillot bleu reste et restera toujours présent sur les lignes de départ, ainsi que sur les podiums.

REMERCIEMENTS

Un grand merci à tous ceux qui ont permis à nos vététistes de faire briller les couleurs de la M.J.C durant toute cette saison 2014 -2015. (Parents, bénévoles, organisateurs et coureurs).

Un remerciement particulier à nos sponsors pour leurs soutiens et leurs engagements sans faille à promouvoir notre section V.T.T.

Jean pierre LAFONT